



# ข่าวประชาสัมพันธ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

๑๑๔ สุขุมวิท ๒๓ แขวงคลองเตยเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพฯ ๑๐๑๑๐ โทรศัพท์ ๐-๒๖๔๙-๕๐๐๐  
ภายใน ๑-๕๖๖๖ โทรศัพท์/โทรสาร ๐-๒๒๕๘-๐๓๑๑

ข่าวจากหนังสือพิมพ์กรุงเทพธุรกิจ ฉบับประจำวันที ๒๔ เดือนพฤศจิกายน พ.ศ.๒๕๕๗ หน้า ๔ มูลค่าข่าว ๑๗๓,๗๙๐.

ศูนย์สารสนเทศและการประชาสัมพันธ์ ได้จัดระบบข่าวสื่อสิ่งพิมพ์ สนใจดูได้ที่ <http://news.swu.ac.th/newsclips/>

## สร้างสุข

### ‘อาสาช่อม อาสาสอน’ ฟื้นชีวิตจักรยาน

**การออกกำลังกายด้วยวิธีปั่นจักรยาน ไม่ใช่เป็นเพียง**แค่กระแสนิยมที่เกิดขึ้นเหมือนลมพายุในบ้านเรา เพราะหลายปีที่ผ่านมา การปั่นจักรยานกลายเป็นวิถีชีวิตแบบใหม่ของคนกรุง และเป็นกิจวัตรประจำวันของหลายๆ ครอบครัว สอดรับกับแนวทางในการพัฒนาคุณภาพชีวิตและสุขภาพของคนไทย ซึ่งก็เป็นเรื่องที่น่ายินดีว่ามีหน่วยงานทั้งภาครัฐ และภาคเอกชนเข้ามาสนับสนุนกิจกรรมดีๆ เช่นนี้และขยายผลให้เกิดโครงการที่เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพด้วยการออกกำลังกายไปทั่วประเทศ

หนึ่งในโครงการที่เดินทางไปแล้วถึง 12 ครั้ง คือ การลงพื้นที่ของ ชมรมจักรยานเพื่อสุขภาพแห่งประเทศไทย และสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ หรือ สสส. จัดกิจกรรมที่มีชื่อว่า “อาสาช่อม อาสาสอน : The Battalion” ลงพื้นที่สอนช่อมจักรยานในชุมชนต่างๆ เนื่องจากในปัจจุบัน ประชาชนส่วนใหญ่นิยมใช้ แต่ยังไม่รู้จักวิธีการช่อมแซม หรือดูแลจักรยานเท่าที่ควร การลงพื้นที่ทำกิจกรรมอาสาช่อมครั้งล่าสุด เกิดขึ้นที่ กองพลที่ 9 พล.ร.๒๙ ค่ายสุรสีห์ จังหวัดกาญจนบุรี ซึ่งในพื้นที่ค่ายสุรสีห์นี้ ถือเป็นพื้นที่เหมาะสำหรับกิจกรรมปั่นจักรยาน เพราะมีอาณาบริเวณกว้างขวาง และมีการจัดสภาพแวดล้อมที่ร่มรื่น รวมทั้งมีเส้นทางในการปั่นจักรยานหลายรูปแบบทั้งภูเขา เนิน และถนน

**นาย กวิน ชุตินา** กรรมการชมรมจักรยานเพื่อสุขภาพแห่งประเทศไทย กล่าวว่า จัดกิจกรรม “อาสาช่อม อาสาสอน” ขึ้นเพื่อช่วยฟื้นฟูจักรยานที่เสีย หมดสภาพ ในพื้นที่ชุมชน โรงเรียน หน่วยงานราชการต่างๆ ให้สามารถนำมาใช้งานได้ใหม่อีกครั้ง โดยจะช่วยช่อมแซมจักรยาน และช่วยสอนวิธีช่อมแซมเบื้องต้นให้กับผู้เข้าร่วม พร้อมทั้งปลุกกระแสชุมชนให้หันมาใช้จักรยานในการเดินทางระยะใกล้ๆ เป็นหนึ่งแรงกระตุ้นให้ชุมชนหันมาใช้จักรยานกันมากขึ้น

**ด้าน รอ.วิศรุต วงศ์ศิริรัตน์** ผู้บังคับกองร้อยอาวุธเบา กองพลที่ 9 พล.ร.๒๙ พัน 3 ค่ายสุรสีห์ กล่าวว่า ปัจจุบันมีโครงการจักรยานเพื่อการท่องเที่ยวค่ายสุรสีห์ ซึ่งเป็นหนึ่งในโครงการท่องเที่ยวในเขตทหารเพื่อบริการแก่กำลังพลและครอบครัว ตลอดจนประชาชนทั่วไปที่มีความสนใจในการออกกำลังกาย โดยสามารถเข้ามาใช้

บริการได้โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย ซึ่งที่ผ่านมามีประชาชนให้ความสนใจใช้บริการเป็นจำนวนมาก แต่ปัจจุบันยังไม่มียุทธวิธีที่รับซ่อมจักรยานหรือบริการดูแลจักรยานที่ประชาชน หรือครอบครัวของทหารนำมาใช้ ทำให้เกิดการทิ้งขว้างจักรยานที่ชำรุด ทิ้งๆ ที่จริงๆ แล้วยังสามารถนำมาซ่อมแซมใช้ได้

“ถือว่าเป็นโอกาสดีที่ทางชมรมจักรยานเพื่อสุขภาพแห่งประเทศไทยได้จัดกิจกรรม ‘อาสาช่อม อาสาสอน’ ขึ้นเพื่อให้ความรู้ในการดูแลซ่อมแซมจักรยานเบื้องต้นแก่ครอบครัวพลเรือน รวมถึงช่วยซ่อมแซมจักรยานในโครงการให้สามารถนำกลับมาให้บริการได้อีกครั้ง” รอ.วิศรุต กล่าว

**ด้าน**นายวินัย ชัยชนะ นักศึกษาจากชั้นปีที่ 4 คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เล่าที่มาของการได้เข้าร่วมเป็นอาสาสมัครว่า ปกติตนเป็นหนึ่งในคนที่หันมาใช้จักรยานในชีวิตประจำวัน และรู้จักชมรมจักรยานเพื่อสุขภาพแห่งประเทศไทยผ่านกลุ่มผู้ใช้จักรยาน ได้รับการชักชวนจากพี่ๆ ในชมรมให้เข้าร่วมโครงการ “อาสาช่อม อาสาสอน”

“ผมมองว่า กิจกรรมนี้เป็นโครงการที่ดี นอกจากจะได้ลงมือช่อมแซมจักรยาน และได้ถ่ายทอดความรู้แก่ชุมชนแล้ว สิ่งที่ได้เพิ่มเติมคือ การแลกเปลี่ยนประสบการณ์จากที่อาสาคนอื่น ๆ ได้มิตรภาพที่ดี ได้รับทราบและเข้าใจถึงมุมมองในการใช้จักรยาน จากชุมชนต่างๆ ซึ่งทั้งหมดนี้เป็นประสบการณ์ที่หาไม่ได้ในห้องเรียน และหวังว่าทุกคนจะหันมาใช้จักรยานกันมากขึ้น เพราะจักรยานไม่เพียงแต่ช่วยทำให้สังคมน่าอยู่เท่านั้น แต่ยังทำให้สุขภาพของเราแข็งแรงอีกด้วย”วินัย กล่าวทิ้งท้าย

สำหรับชุมชน พื้นที่ หรือหน่วยงานที่สนใจร่วมกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ “อาสาช่อม อาสาสอน” สามารถสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมโทร. 02 618 4430 และ 02 618 4434 หรือ [www.thaicyclingclub.org](http://www.thaicyclingclub.org)

